

# Sajak Seni Pertahanan Diri

## Rangkap 1

Langkah demi langkah  
tingkah-bertingkah  
hebatnya seni pertahanan diri  
terpikat hati untuk diketahui  
buku dibuka ilmu dicari  
laman sesawang dilayari.

### Maksud

Banyak maklumat tentang  
kehebatan seni pertahanan diri  
yang perlu kita ketahui.

## Rangkap 2

Seni pertahanan diri  
tidak jemu untuk diketahui  
begitu banyak untuk dipelajari  
bermula sejarah hingga gerak-geri.

bermula

asal usulnya

langkah-langkahnya

Seni pertahanan diri perlu kita  
pelajari \_\_\_\_\_ daripada  
\_\_\_\_\_ hingga  
\_\_\_\_\_.

## Rangkap 3

Seni pertahanan diri  
bukan hanya pandai berlawan  
juga untuk semangat setia kawan  
menyatukan hati kekal sekawan.

hebat

seni pertahanan

mengeratkan  
hubungan

Mempelajari \_\_\_\_\_  
diri bukan sekadar kita \_\_\_\_\_  
berlawan malah dapat  
\_\_\_\_\_.

## Rangkap 4

Dahulu hanya melihat  
dahulu hanya membaca  
kini aku ahli seni pertahanan diri  
terasa badanku sihat  
terasa kukuh keyakinan diri  
tidak rugi ilmu dicari  
untuk maslahat diri dan masyarakat.

keyakinan

tubuh badan

minda

Seni pertahanan diri dapat  
memupuk \_\_\_\_\_ diri  
serta menyihatkan  
\_\_\_\_\_ serta  
\_\_\_\_\_.